四庫全書

子部

欽定四庫全書

子部

經濟類編卷九十四

詳校官中書臣瞿　照

主事臣祁韻士覆勘

總校官知縣臣繆　琪

校對官修撰臣吳錫齡

謄録監生臣康　傑

經濟類編卷九十四

明 馮琦 馮瑗 撰

道術類一

道德

道術 道訓 淑真 安身 併

老子 道可道非常道名可名非常名無名天地之始有名天地之母故常無欲以觀其妙常有欲以觀其徼此兩者同出而異名同謂之玄玄之又玄衆妙之門

上德不德是以有德下德不失德是以無德上德無為而無以為下德為之而有以為上仁為之而無以為上義為之而有以為上禮為之而莫之應則攘臂而仍之故失道而後德失德而後仁失仁而後義失義而後禮夫禮者忠信之薄而亂之首前識者道之華而愚之始是以大丈夫處其厚不處其薄居其實不居其華故去彼取此

司馬遷老莊申韓傳論　老子所貴道虛無因應變化

於無窮故著書辭稱微妙難識莊子散道德放論要亦歸之自然申子卑卑施之於名實韓子引繩墨切事情明是非其極慘礉少恩皆原於道德之意而老子深遠矣

賈誼道德說　德有六理何謂六理曰道德性神明命此六者德之理也諸生者皆生於德之所生而能人象德者獨玉也寫德體六理盡見於玉也各有狀是故以玉効德之六理澤者鑑也謂之道腒如竊膏之理謂之

德湛而潤厚而膠謂之性康若樂流謂之神光輝謂之明礐乎堅哉謂之命此之謂六理鑑生空竅而通之以道德生理通之以六德之畢離狀六德者德之有六理理離狀也性生氣而通之以曉神生變而通之以化明生識而通之以知命生形而通之以定德有六美何謂六美有德有道有仁有義有忠有密此六者德之美也道者德之本也仁者德之出也義者德之理也忠者德之厚也信者德之固也密者德之高也六理六美德之

所生陰陽天地人與萬物也固爲所生法記故曰道此之謂道德此之謂德行此之謂行所謂行此者德也是故著此竹帛謂之書書者此之著者也詩者此之志者也易者此之占者也春秋者此之紀者也禮者此之體者也樂者此之樂者也祭祀鬼神爲此福者也博學辯議爲此辭者也道者無形平和而神道物有載物者畢以順理和適行故物有清而澤澤者鑑也鑑以道之神摹貫物形通達空竅奉一出入爲先故謂之鑑鑑者所

以能也見者目也道德施物精微而為目是故物之始形也分先而為目目成也形乃從是以人及有因之在氣莫精於目目清而潤澤若濡無毫縑褵焉故能見也由此觀之目足以明道德之潤澤矣故曰澤者鑑也生空竅通之以道德者離無而之有故潤則居然濁而始形矣故六理發焉六理所以為變而生也所生有理然則物得潤以生故謂潤德德者變及物理之所出也未變者道之頌也道冰凝而為德神載于德者道之澤也

道雖神必載於德而頌乃有所因以發動變化而為變
變及諸生之理皆道之化也各有條理以載於德德受
道之化而發之各不同狀德潤故曰如膏謂之德德生
理通之以六德之畢離狀性者道德造物物有形而道
德之神尊而為一氣明其潤益厚矣濁而膠相連在物
之中為物莫生氣皆集焉故謂之性性神氣之所會也
性立則神氣曉曉然發而通行於外矣與外物之感相
應故曰澤厚而膠謂之性性生氣通之以曉神者道德

神氣發于性也康若樂流不可物效也變化無所不為物理及諸變之起皆神之所化也故曰康若樂流謂之神理生變通之以化明者神氣在内則無光而為知明則有輝於外矣外内通一則為得失事理是非皆職於知故曰光輝謂之明明生識通之以知命者物皆得道德之施以生則澤潤性氣神明及形體之位分數度各有極量指奏矣此皆所受其道德非以嗜欲取捨然也其受此具也礐然有定矣不可得辭也故曰命命者不

得母生生則有形形而道德性形神明命因載于物形
故嚳堅謂之命命生形通之以定物所道始謂之道所
得以生謂之德德之有也以道為本故曰道者德之本
也德生物又養物則物安利矣安利物者行仁也仁行
出於德故曰仁者德之出也德生理理立則有宜適之
謂義義者理也故曰義者德之理也德生物又養長之
而弗離也得以安利德之遇物也忠厚故曰忠者德之
厚也德之忠厚也信固而不易此德之常也故曰信者

德之固也德生於道而有理守理則合於道於道理密而弗離也故能物畜養養其不仰恃德此德之髙而弗失則有道矣得而守之則有德矣行而無休則行成矣故曰道此謂之道行此謂之行諸此言者盡德變變世者理也書者著德之理於竹帛而陳之令人觀馬以著所從事故曰書者此之著者也詩者志德之理而明其旨令人緣之以自成也故曰詩者此之志者也易者察人精德之理而與弗循而占其吉凶故曰易者此之占

者也春秋者守往事之合德之理之與不合而紀其成
敗以為來事師法故曰春秋者此之紀者也禮者體德
禮而為之節文成人事故曰禮者此之體者也樂者書
詩易春秋禮五者之道備則合於德矣合則驩然大樂
矣故曰樂者此之謂樂者也人能修德之理則安利之
謂福莫不慕福弗能必得而人心以為鬼神能與於利
害是故其犧牲俎豆粢盛齋戒而祭鬼神欲以佐成福
故曰祭祀鬼神為此福者也德之理盡施於人其在人

也內而難見是以先王舉德之頌而為辭語以明其理陳之天下令人觀焉垂人之後世辯議以審察之以轉於告是故弟子隨師而問受傳學以達其知而明其辭以立其誠故曰博學辯議為此辭者也德畢施物物雖有知微細難識夫玉者真德寫也六理在六明而易見也是以舉玉以諭物之所愛於德者與玉一體也

道術篇　曰數聞道之名矣而未知其實也請問道者何謂也對曰道者所從接物也其本者謂之虛其末者

謂之術虛者言其精微也平素而無設儲也術也者所從制物也動靜之數也凡此皆道也曰請問虛之接物何如對曰鏡義而居無執不臧美惡畢至各得其當衡虛無私平靜而處輕重畢懸各得其所明主者南面而正清虛而靜令名自宣命物自定如鑑之應如衡之稱有亹和之有端隨之物鞠其極而以當施之此虛之接物也曰請問術之接物何如對曰人主仁而境內和矣故其士民莫弗親也人主義而境內理矣故其士民莫

弗順也人主有禮而境内肅矣故其士民莫弗敬也人主有信而境内貞矣故其士民莫弗信也人主公而境内服矣故其士民莫弗戴也人主法而境内軌矣故其士民莫弗輔也舉賢則民化善使能則官職治英俊在位則主尊羽翼勝任則名顯操德而固則威立教順而必則令行周聽則不蔽稽驗則不惶明好惡則民心化密事端則人主神術者接物之隊　凡權重者必謹於事令行者必謹於言則過敗鮮矣此術之接物之道者也

其爲戾無屈其應變無極故聖人尊之夫道之詳不可勝述也曰請問品善之體何如對曰親愛利子謂之慈反慈爲嚚子愛利親謂之孝反孝爲孽愛利出中謂之忠反忠爲倍心存恤人謂之惠反惠爲鰥兄敬愛弟謂之友反友爲虐弟敬愛兄謂之悌反悌爲敖接遇慎容謂之恭反恭爲媟接遇肅正謂之敬反敬爲嫚言行抱一謂之貞反貞爲僞期果言當謂之信反信爲慢衷理不辟謂之端反端爲䟣據當不傾謂之平反平爲險行

善決葖謂之清反清為濁辟利刻謀謂之廉反廉為貪兼覆無私謂之公反公為私方直不曲謂之正反正為邪以人自觀謂之度反度為妄以已量人謂之恕反恕為荒惻隱憐人謂之慈反慈為忍厚志隱行謂之潔反潔為汱施行得理謂之德反德為怨放理潔靜謂之行反行為汚功遂自却謂之退反退為伐厚人自薄謂之讓反讓為冒心兼愛人謂之仁反仁為戾行充其宜謂之義反義為懆剛柔得道謂之和反和為乖合得密周

謂之調反調為藍懷賢不逮謂之寛反寛為阨色衆容
易謂之裕反裕為褊欣慄可安謂之熅反熅為蟄燾安柔
不苛謂之良反良為醫緣法循理謂之軌反軌為易襲
常緣道謂之道反道為辟廣較自斂謂之儉反儉為侈
費弗過適謂之節反節為靡㘬艱勉善謂之慎反慎為
怠忠惡勿道謂之戒反戒為傲深知禍福謂之知反知
為愚亟見窕察謂之慧反慧為童動有文體謂之禮反
禮為濫容服有義謂之儀反儀為詭行歸而適謂之順

反順為逆動靜攝次謂之比反比為錯容志審道謂之僴反僴為野辭令就得謂之雅反雅為陋論物明辯謂之辯反辯為訥纖微皆審謂之察反察為眊言動可畏謂之威反威為圂臨制不犯謂之嚴反嚴為軟仁義修立謂之任反任為欺伏義誠必謂之節反節為罷持節不恐謂之勇反勇為怯信理遂惔謂之敢反敢為揜志操精果謂之誠反誠為殆克行遂節謂之必反必為恒凡此品也善之體也所謂道也故守道者謂之士樂道

者謂之君子知道者謂之明行道者謂之賢且明且賢

此謂聖人

劉安原道訓　清靜者德之至也而柔弱者道之要也

虛而恬愉者萬物之用也肅然應感殷然反本則淪於

無形矣所謂無形者一之謂也所謂一者無匹合於天

下者也卓然獨立塊然獨處上通九天下貫九野員不

中規方不中矩大渾而為一葉累而無根懐囊天地為

道關門穆忞隱閔純德獨存布施而不既用之而不勤

是故視之不見其形聽之不聞其聲循之不得其身無形而有形生焉無聲而五音鳴焉無味而五味形焉無色而五色成焉是故有生於無實出於虛天下為之圈則名實同居音之數不過五而五音之變不可勝聽也味之和不過五而五味之化不可勝嘗也色之數不過五而五色之變不可勝觀也故音者宮立而五音形矣味者甘立而五味亭矣色者白立而五色成矣道者一立而萬物生矣是故一之理施四海一之解際天地其

全也純兮若樸其散也混兮若濁濁而徐清沖而徐盈澹兮其若深淵汎兮其若浮雲若無而有若亡而存萬物之總皆閱一孔百事之根皆出一門其動無形變化若神其行無迹常後而先是故至人之治也掩其聰明滅其文章依道廢智與民同出于公去其誘慕除其嗜欲損其思慮約其所守則察寡其所求則得夫任耳目以聽視者勞形而不明以知慮為治者苦心而無功是故聖人一度循軌不變其宜不易其常放準修繩曲因

其當夫喜怒者道之邪也憂悲者德之失也好憎者心之過也嗜欲者性之累也人大怒破陰大喜墜陽薄氣發瘖驚怖為狂憂悲多恚病乃成積好憎繁多禍乃相隨故心不憂樂德之至也通而不變靜之至也嗜欲不載虛之至也無所好憎平之至也不與物散粹之至也能此五者則通於神明通於神明者得其內者也是故以中制外百事不廢中能得之則外能收之中之得則五藏寧思慮平筋力勁强耳目聰明疏達而不悖堅强

而不贑無所大過而無所不逮處小而不過處大而不
窕其寃不躁其神不姚湫漻寂寞為天下梟大道坦坦
去身不遠求之近者往而復反近謂身也迫則能應感
則能動物移無窮變無形像優游委縱如響之與景登
高臨下無失所秉履危行險無忘玄伏能存之此其德
不虧萬物紛糅與之轉化以聽天下若背風而馳是謂
至德至德則樂矣古之人有居巖穴而神不遺者末世
有勢為萬乘而日憂悲者由此觀之聖亡乎治人而在

于得道樂亡乎富貴而在于得和知大已而小天下則幾於道矣所謂樂者豈必處京臺章華游雲夢沙丘耳聽九韶六瑩口味煎熬芬芳馳騁夷道釣射鸕鷀之謂樂乎吾所謂樂者人得其得者夫得其得者不以奢為樂不以廉為悲與陰俱閉與陽俱開故子夏心戰而臞得道而肥聖人不以心役物不以欲滑和是故其為懽不忻忻其為悲不惙惙萬方百變消搖而無所定吾獨慷慨遺物而與道同出是故有以自得之也喬木之下

空穴之中足以適情無以自得也雖以天下為家萬民為臣妾不足以養生也能至于無樂者則無不樂無不樂則至極樂矣夫建鍾鼓列管絃席旃茵傅旄象耳聽朝歌北鄙靡靡之樂齊靡曼之色陳酒行觴夜以繼日强弩弋高鳥走犬逐狡兎此其為樂也炎炎赫赫怵然若有所誘慕解車休馬罷酒徹樂而心忽然若有所喪悵然若有所亡也是何則不以内樂外而以外樂内樂作而喜曲終而悲悲喜轉而相生精神亂營不得須臾

平察其所以不得其形而日以傷生失其得者也是故內不得於中稟授於外而以自飾也不浸于肌膚不浹于骨髓不留于心志不滯于五藏故從外入者無止於中不止從中出者無應於外不行故聽善言便計雖愚者知說之稱至德高行雖不肖者知慕之說之者衆而用之者鮮慕之者多而行之者寡所以然者何也不能反諸性也夫內不開於中而強學問者不入於耳而不著於心此何以異於聾者之歌也效人為之而無以自

樂也聲出於口則越而散矣夫心者五藏之主也所以
制使四方流行血氣馳騁于是非之境而出入于百事
之門戶者也是故不得於心而有經天下之氣是猶無
耳而欲調鍾鼓無目而欲喜文章也亦必不勝其任矣
故天下神器不可為也為者敗之執者失之夫許由小
天下而不以己易堯者志遺於天下也所以然者何也
因天下而為天下也天下之要不在於彼而在於我不
在於人而在於身我身得則萬物備矣徹於心術之論

則嗜欲好憎外矣是故無所喜而無所怒無所樂而無所苦萬物玄同也無非無是化育玄燿生而如死夫天下者亦吾有也吾亦天下之有也天下之與我豈有閒哉夫有天下者豈必攝權持勢操殺生之柄而以行其號令邪吾所謂有天下者非謂此也自得而已自得則天下亦得我矣吾與天下相得則常相有已又焉有不得容其間者乎所謂自得者全其身者也全其身則與道為一矣故雖游於江潯海裔馳要褭建翠蓋目觀掉

羽武象之樂耳聽滔朗奇麗激抮之音揚鄭衛之浩樂結激楚之遺風射沼濱之高鳥逐苑囿之走獸此齊民之所以淫泆流湎聖人處之不足以營其精神亂其氣志使心怵然失其情性處窮僻之鄉側谿谷之間隱于榛薄之中環堵之室茨之以生茅蓬戶甕牖揉桑為樞上漏下濕潤浸北房雪霜瀼灖浸潭苽蔣逍遥于廣澤之中而仿洋于山峽之旁此齊民之所為形植黎累憂悲而不得志也聖人處之不為愁悴怨懟而不失其所

以自樂也是何也則内有以通于天機而不以貴賤貧富勞逸失其志德者也故夫烏之啞啞鵲之唶唶豈嘗為寒暑燥濕變其聲哉是故夫得道已定而不待萬物之推移也非以一時之變化而定吾所以自得也吾所謂得者性命之情處其所安也夫性命者與形俱出其宗形備而性命成性命成而好憎生矣故士有一定之論女有不易之行規矩不能方圓鉤繩不能曲直天地之永登丘不可為修居卑不可為短是故得道者窮而

不懾達而不榮處高而不機持盈而不傾新而不朗久而不渝入火不焦入水不濡是故不待勢而尊不待財而富不待力而强平虛不流與化翱翔若然者藏金於山藏珠於淵不利貨財不貪勢名是故不以康為樂不以慊為悲不以貴為安不以賤為危形神氣志各居其宜以隨天地之所為夫形者生之舍也氣者生之充也神者生之制也一失位則三者傷矣是故聖人使人各處其位守其職而不得相干也故夫形者非其所安也

而處之則廢氣不當其所充而用之則泄神非其所宜而行之則昧此三者不可不慎守也夫舉天下萬物蚑蟯貞虫蝡動蚑作皆知其所喜憎利害者何也以其性之在焉而不離也忽去之則骨肉無倫矣今人之所以眭然能視㽜然能聽形體能抗而百節可屈伸察能分白黑視醜美而知能别同異明是非者何也氣為之充而神為之使也何以知其然也凡人之志各有所在而神有所繫者其行也足蹪趎埳頭抵植木而不自知也

招之而不能見也呼之而不能聞也耳目去之也然而不能應者何也神失其守也故在於小則忘於大在於中則忘於外在於上則忘於下在於左則忘於右無所不充則無所不在是故貴虛者以毫末爲宅也今夫狂者之不能避水火之難而越溝瀆之險者豈無形神氣志哉然而用之異也失其所守之位而離其外內之舍是故舉錯不能當動靜不能中終身運枯形于連嶁列埒之門而蹪蹈于汚壑穽陷之中雖生俱與人鈞然而

不免為人戮笑者何也形神相失也故以神為主者形從而利以形為制者神從而害貪饕多欲之人漠睧於勢利誘慕於名位冀以過人之智植于高世則精神日耗而彌遠久淫而不還形閉中距則神無由入矣是以天下時有盲妄自失之患此膏燭之類也火逾然而消逾亟夫精神氣志者靜而日充者以壯躁而日耗者以老是故聖人將養其神和弱其氣平夷其形而與道沈浮俛仰恬然則縱之迫而用之其縱之也若委衣其用

之也若發機如是則萬物之化無不遇而百事之變無不應

俶真訓　昔公牛哀轉病也七日化為虎其兄掩戶而入覘之則虎搏而殺之是故文章成獸爪牙移易志與心變神與形化方其為虎也不知其嘗為人也方其為人不知其且為虎也二者代謝舛馳各樂其成形狡滑鈍惛是非無端孰知其所萌夫水嚮冬則凝而為冰冰迎春則泮而為水冰水移易于前後若周員而趨孰暇

知其所苦樂乎是故形傷于寒暑燥濕之虐者形死而神壯神傷乎喜怒思慮之患者神盡而形有餘故罷馬之死也剝之若槁狡狗之死也割之有濡是故傷死者其鬼嬈時既者其神漠是皆不得形神俱沒也夫聖人用心杖性依神相扶而得終始是故其寐不夢其覺不憂古之人有處混冥之中神氣不蕩于外萬物恬漠以愉靜攙搶衡杓之氣莫不彌靡而不能為害當此之時萬民猖狂不知東西含哺而游鼓腹而熙交被天和食

于地德不以曲故是非相尤茫茫沈沈是謂大治於是在上位者左右而使之毋淫其性鎮撫而有之毋遷其德是故仁義不布而萬物蕃殖賞罰不施而天下賓服其道可以大美興而難以算計舉也是故日計之不足而歲計之有餘夫魚相忘於江湖人相忘于道術古之真人立於天地之本中至優游抱德煬和而萬物雜累焉孰肯解構人間之事以物煩其性命乎夫道有經紀條貫得一之道連千枝萬葉是故貴有以行令賤有以

忘畀貧有以樂業困有以處危夫大寒至霜雪降然後知松柏之茂也據難履危利害陳于前然後知聖人之不失道也是故能戴大員者履大方鏡太清者視大明立太平者處大堂能游冥冥者與日月同光是故以道為竿以德為綸禮樂為鉤仁義為餌投之于江浮之于海萬物紛紛孰非其有夫挾依於跂躍之術提挈人間之際撢掞挺挏世之風俗以摸蘇牽連物之微妙猶得肆其志充其欲何況懷瓌瑋之道忘肝膽遺耳目獨浮

游無方之外不與物相弊摋中徙倚無形之域而和以天地者乎若然者偃然聰明而抱其大素以利害為塵垢以死生為晝夜是故目觀玉輅琬象之狀耳聽白雪清角之聲不能以亂其神登千仞之谿臨蝯眩之岸不足以滑其和譬若鍾山之玉炊以鑪炭三日三夜而色澤不變則至天地之精也是故生不足以使之利何足以動之死不足以禁之害何足以恐之明於死生之分達於利害之變雖以天下之大易骭之一毛無所槩于

志也夫貴賤之於身也猶條風之時麗也毀譽之於己猶蚊虻之一過也夫秉皓白而不黑行純粹而不糅處玄冥而不闇休于天鈞而不碣孟門終隆之山不能禁唯體道能不敗湍瀨旋淵呂梁之深不能留也太行石澗飛狗句望之險不能難也是故身處江海之上而神游魏闕之下非得一原孰能至於此哉是故與至人居使家忘貧使王公簡其富貴而樂卑賤勇者衰其氣貪者消其欲坐而不教立而不議虛而往者實而歸故不

言而能飲人以和是故至道無為一龍一蛇盈縮卷舒與時變化外從其風內守其性耳目不燿思慮不營其所居神者臺簡以游太清引楯萬物羣美萌生是故事其神者神去之休其神者神居之 夫目視鴻鵠之飛耳聽琴瑟之聲而心在鴈門之間一身之中神之分離剖判六合之內一舉而千萬里是故自其異者視之肝膽胡越自其同者視之萬物一圈也百家異說各有所出若夫墨楊申商之於治道猶蓋之無一橑而輪之無

一輻有之可以備數無之未有害于用也已自以為獨擅之不通之于天地之情也 夫疾風㪂木而不能拔毛髪雲臺之髙墮者折脊碎腦而蟁䖟適足以翱翔夫與蚑蟯同乘天機夫受形於一圜飛輕微細者猶足以脱其命又況未有類也由此觀之無形而生有形亦明矣是故聖人託其神于靈府而歸于萬物之初視於冥冥聽于無聲冥冥之中獨見曉焉寂漠之中獨有照焉其用之也以不用其不用也而後能用之其知也乃不

知其不知也而後能知之也夫天不定日月無所載地不定草木無所植所立於身者不寧是非無所形是故有真人然後有真知其所持者不明庸詎知吾所謂知之非不知歟　水之性真清而土汩之人性安靜而嗜欲亂之夫人之所受于天者耳目之於聲色也口鼻之於芳臭也肌膚之於寒燠其情一也或通于神明或不免于癡狂者何也其所為制者異也是故神者智之淵也淵清則智明矣智者心之府也智公則心平矣人莫

鑑於流沫而鑑於止水者以其靜也莫窺形於生鐵而窺於明鏡者以覩其易也夫唯易且靜形物之性也由此觀之用也必假之於弗用也　靜漠恬澹所以養性也和愉虛無所以養德也外不滑內則性得其宜性不動和則德安其位養生以經世抱德以終年可謂能體道矣　今盆水在庭清之終日未能見眉睫濁之不過一撓而不察方員人神易濁而難清猶盆水之類也況一世而撓滑之曷得須臾平乎

潘尼安身論　蓋崇德莫大乎安身安身莫尚乎存正存正莫重乎無私無私莫深乎寡欲是以君子安其身而後動易其心而後語定其交而後求篤其志而後行然則動者吉凶之端也語者榮辱之主也求者利病之幾也行者安危之決也故君子不妄動也動必適其道不徒語也語必經于理不苟求也求必造于義不虚行也行必由于正夫然用能免或繫之凶享自天之祐故身不安則殆言不從則悖交不審則惑行不篤則危四

者行乎中則憂患接于外矣憂患之接必生于自私而興于有欲自私者不能成其私有欲者不能濟其欲理之至也欲苟不濟能無爭乎私苟不從能無伐乎人人自私家家有欲衆欲並爭羣私交伐爭則亂之萌也伐則怨之府也怨亂既構危害及之得不懼乎然棄本要末之徒知進忘退之士莫不飾才銳智抽鋒擢穎傾側乎勢利之交馳騁乎當塗之務朝有彈冠之朋野有結綬之友黨與熾于前榮名扇其後握權則赴者鱗集失

寵則散者瓦觧求利則託刎頸之懽爭路則構刻骨之隙於是浮僞波騰曲辯雲沸寒暑殊聲朝夕異價駑蹇希奔放之跡鉛刀競一割之用至於愛惡相攻與奪交戰誹謗噂㗎毀譽縱横君子務能小人伐技風頹於上俗弊于下禍結而恨爭也不彊患至而悔伐之未辯大者傾國喪家次則覆身滅祀其故何邪豈不始于私欲而終于爭伐哉君子則不然知自私之害公也然後外其身知有欲之傷德也故遠絶榮利知爭競之遘災也

故犯而不校知好伐之招怨也故有功而不德安身而不為私故身正則私全慎言而不適欲故言濟而欲從定交而不求益故交立而益厚謹行而不求名故行成而名美止則立乎無私之域行則由乎不爭之塗必將通天下之理而濟萬物之性天下猶我故與天下同其欲己猶萬物故與萬物同其利夫能保其安者非謂崇生生之厚而耽逸豫之樂也不忘危而已有期進者非謂窮貴寵之榮而藉名位之重也不忘退而已存其治

者非謂嚴刑政之威而明司察之禁也不忘亂而已故寢蓬室隱陋巷披短褐茹藜藿環堵而居易衣而出茍存乎道非不安也雖坐華殿載文軒服黼綉御方丈重門而處成列而行不得與之齊榮用天時分地利甘布衣安藪澤沾體塗足耕而後食茍崇乎德非不進也雖居高位饗重禄執權衡握機秘功盖當時勢侔人主不得與之比逸遺意慮没才智忘肝膽棄形骸貌若有能志若不及茍正乎心非不治也雖繁計策廣術藝審刑

名峻法制文辯流離議論絶世不得與之爭功故安也者安乎道者也進也者進乎德者也治也者治乎心者也未有安身而不能保國家進德而不能處富貴治心而不能治萬物者也然思危所以求安慮退所以能進懼亂所以保治戒亡所以獲存也若乃弱志虛心曠神遠致徙倚乎不拔之根浮游乎無垠之外不自貴于物而物宗焉不自重于人而人敬焉可親而不可慢也可尊而不可遠也親之如不足天下莫之能狎也舉之如

易勝而當世莫之能困也達則濟其道而不榮也窮則善其身而不悶也用則立于上而非爭也舍則藏于下而非讓也夫榮之所不能動者則辱之所不能加也利之所不能勸者則害之所不能嬰也譽之所不能益者則毀之所不能損也今之學者誠能釋自私之心塞有欲之求杜交爭之原去矜伐之態動則行乎至通之路靜則入乎大順之門泰則翔乎寥廓之宇否則淪乎渾冥之泉邪氣不能干其度外物不能擾其神哀樂不能

盪其守死生不能易其真而以造化為工匠天地為陶鈞名位為糟粕勢利為埃壓治其内而不飾其外求諸己而不假諸人忠肅以奉上愛敬以事親可以御一體可以牧萬民可以處富貴可以安賤貧經盛衰而不改則庶幾能安身矣

養生十一則　精神併

莊周養生主　吾生也有涯而知也無涯以有涯隨無涯殆已已而為知者殆而已矣為善無近名為惡無近

刑緣督以為經可以保身可以全生可以養親可以盡年庖丁為文惠君解牛手之所觸肩之所倚足之所履膝之所踦砉然嚮然奏刀騞然莫不中音合於桑林之舞乃中經首之會文惠君曰譆善哉技蓋至此乎庖丁釋刀對曰臣之所好者道也進乎技矣始臣之解牛之時所見無非牛者三年之後未嘗見全牛也方今之時臣以神遇而不以目視官知止而神欲行依乎天理批大卻導大窾因其固然技經肯綮之未嘗而況大軱乎

良庖歲更刀割也族庖月更刀折也今臣之刀十九年矣所解數千牛矣而刀刃若新發於硎彼節者有閒而刀刃者無厚以無厚入有閒恢恢乎其於遊刃必有餘地矣是以十九年而刀刃若新發于硎雖然每至于族吾見其難為怵然為戒視為止行為遲動刀甚微謋然已解如土委地提刀而立為之四顧為之躊躇滿志善刀而藏之文惠君曰善哉吾聞庖丁之言得養生焉

韓非精神篇　衆人之用神也躁躁則多費多費之謂

侈聖人之用神也靜靜則少費少費之謂嗇嗇之為術也生於道理夫能嗇也是從于道而服于理者也衆人離於患陷于禍猶未知退而不服從道理聖人雖未見患禍之形虛無服從於道理以稱早服故曰夫謂嗇是以蚤服知治人者其思慮靜知事天者其孔竅虛思慮靜故德不去孔竅虛則和氣日入故曰重積德夫能令故德不去新和氣日至者蚤服者也故曰蚤服是謂重積積德而後神靜神靜而後和多和多而後計得計得

而後能御萬物能御萬物則戰易勝敵戰易勝敵而論必蓋世論必蓋世故曰無不克無不克本于重積德故曰重積德則無不克戰易勝敵則兼有天下論必蓋世則民人從進兼天下而退從民人其術遠則衆人莫見其端末莫見其端末是以莫知其極故曰無不克則莫知其極

呂覽本生篇　始生之者天地養成之者人也能養天之所生而勿攖之謂天子天子之動也以全天為故者

也此官之所自立也立官者以全生也今世之惑主多官而反以害生則失所為立之矣譬之若修兵者以備寇也今修兵而反以自攻則亦失所為修之矣夫水之性清土者抇之故不得清人之性壽物者抇之故不得壽物也者所以養性也非所以性養也今世之人惑者多以性養物則不知輕重也不知輕重則重者為輕輕者為重矣若此則每動無不敗以此為君悖以此為臣亂以此為子狂三者國有一焉無幸必亡今有聲於此耳聽之必慊已聽之則

使人聾必弗聽有色於此目視之必慊已視之則使人盲必弗視有味於此口食之必慊已食之則使人瘖必弗食是故聖人之於聲色滋味也利於性則取之害於性則舍之此全性之道也世之貴富者其於聲色滋味也多惑者日夜求幸而得之則遁焉遁焉性惡得不傷萬人操弓共射其一招招無不中萬物章章以害一生生無不傷以便一生生無不長故聖人之制萬物也以全其天也天全則神和矣目明矣耳聰矣鼻臭矣口敏矣三百六十節皆通利矣若此人

者不言而信不謀而當不慮而得精通乎天地神覆乎宇宙其於物無不受也無不裹也若天地然上為天子而不驕下為匹夫而不惛此之謂全德之人貴富而不知道適足以為患不如貧賤貧賤之致物也難雖欲過之奚由出則以車入則以輦務以自佚命之曰招蹷之機肥肉厚酒務以相彊命之曰爛腸之食靡曼皓齒鄭衛之音務以自樂命之曰伐性之斧三患者富貴之所致也故古之人有不肯貴富者矣由重生故也非夸以

名也為其實也

重己篇 倕至巧也人不愛倕之指而愛己之指有之利故也人不愛崐山之玉江漢之珠而愛己之一蒼璧小璣有之利故也今吾生之為我有而利我亦大矣論其貴賤爵為天子不足以比焉論其輕重富有天下不可以易之論其安危一曙失之終身不復得此三者有道者之所慎也有慎之而反害之者不達乎性命之情也不達乎性命之情慎之何益是師者之愛子也不免

乎枕之以糠是聾者之養嬰兒也方雷而窺之于堂有殊弗知慎者夫弗知慎者是死生存亡可不可未始有別也未始有別者其所謂是未嘗是其所謂非未嘗非是其所謂非非其所謂是此之謂大惑若此人者天之所禍也以此治身必死必殃以此治國必殘必亡夫死殃殘亡非自至也惑召之也壽長至常亦然故有道者不察所召而察其召之者則其至不可禁矣此論不可不熟使烏獲疾引牛尾尾絕力勯而牛不可行逆也使

五尺竪子引其棬而牛恣所以之順也世之人主貴人無賢不肖莫不欲長生久視而日逆其生欲之何益凡生長也順之也使生不順者欲也故聖人必先適欲室大則多陰臺高則多陽多陽多陰則蹷多陽則痿此陰陽不適之患也是故先王不處大室不為高臺味不衆珍衣不燀熱燀熱則理寒理寒則氣不達味衆珍則胃充胃充則中大鞔中大鞔而氣不達以此長生可得乎昔先聖王之為苑囿園池也足以觀望勞形而已矣其為宫室

臺榭也足以辟燥濕而已矣其爲輿馬衣裘也足以逸身煖骸而已矣其爲飲食酏醴也足以適味充虚而已矣其爲聲色音樂也足以安性自娱而已矣五者聖王之所以養性也非好儉而惡費也節乎性也

貴生篇　聖人深慮天下莫貴于生夫耳目鼻口生之役也耳雖欲聲目雖欲色鼻雖欲芬香口雖欲滋味害於生則止在四官者不欲利於生者則弗爲由此觀之耳目鼻口不得擅行必有所制譬之若官職不得擅爲

必有所制此貴生之術也堯以天下讓於子州友父子州友父對曰以我為天子猶可也雖然我適有幽憂之病方將治之未暇在天下也天下重物也而不以害其生又況於他物乎惟不以天下害其生者也可以託天下越人三世殺其君王子搜患之逃乎丹穴越國無君求王子搜而不得從之丹穴王子搜不肯出越人薰之以艾乘之以王輿王子搜援綏登車仰天而呼曰君乎獨不可以舍我乎王子搜非惡為君也惡為君之患也

若王子搜者可謂不以國傷其生矣此固越人之所欲
得而為君也魯君聞顏闔得道之人也使人以幣先焉
顏闔守閭鹿布之衣而自飯牛魯君之使者至顏闔自
對之使者曰此顏闔之家耶顏闔對曰此闔之家也使
者致幣顏闔對曰恐聽繆而遺使者罪不若審之使者
還反審之復來求之則不得已故若顏闔者非惡富貴
也由重生惡之也世之人主多以富貴驕得道之人其
不相知豈不悲哉故曰道之貞以持身其緒餘以為國

家其土苴以治天下由此觀之帝王之功聖人之餘事也非所以完身養生之道也今世俗之君子危身棄生以徇物彼且奚以此之也彼且奚以此為也凡聖人之動作也必察其所以之與其所以為今有人於此以隨侯之珠彈千仞之雀世必笑之是何也所用重所要輕也夫生豈特隨侯珠之重也哉子華子曰全生為上虧生次之死次之迫生為下故所謂尊生者全生之謂所謂全生者六欲皆得其宜也所謂虧生者六欲分得其

宜也虧生則於其尊之者薄矣其虧彌甚者也其尊彌
薄所謂死者無有所以知復其未生也所謂迫生者六
欲莫得其宜也皆獲其所甚惡者服是也辱是也辱莫
大於不義故不義迫生也而迫生非獨不義也故曰迫
生不若死奚以知其然也耳聞所惡不若無聞目見所
惡不若無見故雷則揜耳電則揜目此其比也凡六欲
者皆知其所甚惡而必不得免不若無有所以知無有
所以知者死之謂也故迫生不若死嗜肉者非腐鼠之

謂也嗜酒者非敗酒之謂也尊生者非迫生之謂也

情欲篇　天生人而使有貪有欲欲有情情有節聖人修節以止欲故不過行其情也故耳之欲五聲目之欲五色口之欲五味情也此三者貴賤愚智賢不肖欲之若一雖神農黃帝其與桀紂同聖人之所以異者得其情也由貴生動則得其情矣不由貴生動則失其情矣此二者死生存亡之本也俗主虧情故每動為亡敗耳不可贍目不可厭口不可滿身盡府種筋骨沈滯血脈

壅塞九竅寥寥曲失其宜雖有彭祖猶不能為也其於物也不可得之為欲不可足之為求大失生本民人怨謗又樹大讎意氣易動蹻然不固矜勢好智胷中欺詐德義之緩邪利之急身以困窮雖後悔之尚將奚及巧佞之近端直之遠國家大危悔前之過猶不可反聞言而驚不得所由百病怒起亂難時至以此君人為身大憂耳不樂聲目不樂色口不甘味與死無擇古人得道者生以壽長聲色滋味能久樂之奚故論早定也論早

定則知早畜知早畜則精不竭秋早寒則冬必煖矣春多雨則夏必旱矣天地不能兩而況於人類乎人之與天地也同萬物之形雖異其情一體也故古之治身與天下者必法天地也尊酌者衆則速盡萬物之酌大貴之生者衆矣故大貴之生常速盡非徒萬物酌之也又損其生以資天下之人而終不自知功雖成乎外而生虧乎内

盡數篇　天生陰陽寒暑燥濕四時之化萬物之變莫不為利莫不為害聖人察陰陽之宜辯萬物之利以便

生故精神安乎形而年壽得長焉長也者非短而續之也畢其數也畢數之務在乎去害何謂去害大甘大酸大苦大辛大鹹五者充形則生害矣大喜大怒大憂大恐大哀五者接神則生害矣大寒大熱大燥大濕大風大霖大霧七者動精則生害矣故凡養生莫若知本知本則疾無由至矣精氣之集也必有入也集於羽鳥與為飛揚集於走獸與為流行集於珠玉與為精朗集於樹木與為茂長集於聖人與為夐明精氣之來也因輕

而揚之因走而行之因美而良之因長而養之因智而明之流水不腐户樞不螻動也形氣亦然形不動則精不流精不流則氣鬱鬱處頭則為腫為風處耳則為挶為聾處目則為䁾為盲處鼻則為鼽為窒處腹則為張為府處足則為痿為蹷輕水所多禿與癭人重水所多尰與躄人甘水所多好與美人辛水所多疽與痤人苦水所多尪與傴人凡食無彊厚味無以烈味重酒是以謂之疾首食能以時身必無災凡食之道無饑無飽

是之謂五藏之葆口必甘味和精端容將之以神氣百節虞歡咸進受氣飲必小咽端直無戾今世上卜筮禱祠故疾病愈來譬之若射者射而不中反修于招何益于中夫以湯止沸沸愈不止去其火則止矣故巫醫毒藥逐除治之故古之人賤之也為其末也

劉向敬慎篇　修身正行不可以不慎嗜欲使行虧讒諛亂正心衆口使意回憂患生于所忽禍起于細微汙辱難湔灑敗事不可復追不深念遠慮後悔當幾何夫

徼行者伐性之斧也嗜欲者逐禍之馬也謾諛者窮辱之舍也取虐于人者趨禍之路也故曰去徼幸務忠信節嗜欲無取虐于人則稱為君子名聲常存怨生于不報禍生於多福安危存于自處不困在于早豫存亡在於得人慎終如始乃能長久能行此五者可以全身已所不欲勿施于人是謂要道也

劉安精神訓 古未有天地之時惟像無形窈窈冥冥芒芠漠閔澒濛鴻洞莫知其門有二神混生經天營地

孔乎莫知其所終極滔乎莫知其所止息於是乃别為陰陽離為八極剛柔相成萬物乃形繁氣為虫精氣為人是故精神天之有也而骨骸者地之有也精神入其門而骨骸反其根我尚何存是故聖人法天順情不拘於俗不誘于人以天為父以地為母陰陽為綱四時為紀天静以清地定以寧萬物失之者死法之者生夫静漠者神明之宅也虚無者道之所居也是故或求之於外者失之於内有守之於内者失之於外譬猶本與末也

從本引之千枝萬葉莫得不隨也夫精神者所受於天也而形體者所禀于地也故曰一生二二生三三生萬物萬物背陰而抱陽沖氣以和故曰一月而膏二月而肤三月而胎四月而肌五月而筋六月而骨七月而成八月而動九月而躁十月而生形體以成五藏乃形是故肺主目腎主鼻膽主口肝主耳外為表而内為裡開閉張歙各有經紀故頭之圓也象天足之方也象地天有四時五行九解三百六十六日人亦有四支五藏九

竅三百六十六節天有風雨寒暑人亦有取與喜怒故膽爲雲肺爲氣肝爲風腎爲雨脾爲雷以與天地相參也而心爲之主是故耳目者日月也血氣者風雨也日中有踆烏而月中有蟾蜍日月失其行薄蝕無光風雨非其時毀折生災五星失其行州國受殃夫天地之道至紘以大尚猶節其章光愛其神明人之耳目曷能久熏勞而不息乎精神何能久馳騁而不既乎是故血氣者人之華也而五藏者人之精也夫血氣能專於五藏

而不外越則胷腹充而嗜欲省矣胷腹充而嗜慾省則耳目清聽視達矣耳目清聽視達謂之明五藏能屬於心而無乖則敦志勝而行不僻矣敦志勝而行之不僻則精神盛而氣不散矣精神盛而氣不散則理理則均均則通通則神神則以視無不見以聽無不聞也以為無不成也是故憂患不能入也而邪氣不能襲故事有求之於四海之外而不能遇或守之於形骸之內而不見也故所求多者所得少所見大者所知小夫孔竅者

精神之户牖也而氣志者五藏之使候也耳目淫於聲色之樂則五藏搖動而不定矣五藏搖動而不定則血氣滔蕩而不休矣血氣滔蕩而不休則精神馳騁于外而不守矣精神馳騁於外而不守則禍福之至雖如丘山無由識之矣使耳目精明玄達而無誘慕氣志虛靜恬愉而省嗜慾五藏定寧充盈而不泄精神內守形骸而不外越則望於往世之前而視於來事之後猶未足為也豈直禍福之間哉故曰其出彌遠者其知彌少以

言夫精神之不可使外淫也是故五色亂目使目不明五聲譁耳使耳不聰五味亂口使口爽傷趣舍滑心使行飛揚此四者天下之所養性也然皆人累也故曰嗜慾者使人之氣越而好憎者使人之心勞弗疾去則志氣日耗夫人之所以不能終其壽命而中道夭於刑戮者何也以其生生之厚夫惟能無以生為者則所以修得生也夫天地運而常通萬物總而為一能知一則無一之不知也不能知一則無一之能知也譬吾處于天

下也亦為一物矣不識天下之以我備其物與且惟無我而物無不備者乎然則我亦物也物亦物也物之與物也有何以相物也雖然其生我也將以何益其殺我也將以何損夫造化者既以我為坯矣將無所違之矣吾安知夫刺灸而欲生者之非惑也又安知夫絞經而求死者之非福也或者生乃徭役也而死乃休息也天下茫茫孰知之哉其生我也不彊求已其殺我也不彊求止欲生而不事憎死而不辭賤之而弗憎貴之而弗

喜隨其天資而安之不極吾生也有七尺之形吾死也有一棺之土吾生之比於有形之類猶吾死之淪於無形之中也然則吾生也物不以益衆吾死也土不以加厚吾又安知所喜憎利害其間者乎夫造化者之攫援物也譬猶陶人之埏埴也其取之地而已為盆盎也與其未離於地也無以異其已成罷而破碎漫瀾而復歸其故也與其為盎亦無以異矣夫臨江之鄉居人汲水以浸其園江水弗憎也苦洿之家決洿而注之江洿水

弗樂也是故其在江也無以異其浸園也其在洿也亦無以異其在江也是故聖人因時以安其位當世而樂其業夫悲樂者德之邪也而喜怒者道之過也好憎者心之暴也故曰其生也天行其死也物化靜則與陰俱閉動則與陽俱開精神澹然無極不與物散而天下自服故心者形之主也而神者心之寶也形勞而不休則蹶精用而不已則竭是故聖人貴而尊之不敢越也夫有夏后氏之璜者匣匱而藏之寶之至也夫精神之可

實也非直夏后氏之璜也是故聖人以無應有必究其理以虛受實必窮其節恬愉虛靜以終其命是故無所甚疏而無所甚親抱德煬和以順于天與道為際與德為隣不為福始不為禍先寬魄處其宅而精神守其根死生無變於已故曰至神所謂真人者性合于道也故有而若無實而若虛處其一不知其二治其內不識其外明白太素無為復樸體本抱神以游于天地之樊芒然彷徉于塵垢之外而消搖于無事之業浩浩蕩蕩乎

機械之巧弗載於心是故死生亦大矣而不為變雖天地覆育亦不與之抮抱矣審乎無瑕而不與物糅見事之亂而能守其宗若然者正肝膽遺耳目心志專于內通達耦于一居不知所為行不知所之渾然而往逯然而來形若槁木心若死灰忘其五藏損其形骸不學而知不視而見不為而成不治而辯感而應迫而動不得已而往如光之燿如景之放以道為紃有待而然抱其太清之本而無所容與而物無能營廓惝而虛清淨而

無思慮天澤焚而不能熱河漢涸而不能寒也大雷毀山而不能驚也大風晦日而不能傷也是故視珍寶珠玉猶石礫也視至尊窮寵猶行客也視王嬙西施猶䫋醜也以死生為一化以萬物為一方同精於太清之本而游於忽區之旁有精而不使有神而不行契太渾之樸而立至清之中是故其寢不夢其智不萌其魄不抑其䰟不騰反復終始不知其端緒甘瞑太宵之宅而覺視于昭昭之宇休息于無委曲之隅而游敖于無形埒

之野居而無容處而無所其動無形其靜無體存而若亡生而若死出入無間役使鬼神淪於不測入於無間以不同形相嬗也終始若環莫得其倫此精神之所以能登假於道也是故真人之所游若吹呴呼吸吐故內新熊經鳥伸鳧浴蝯躩鴟視虎顧是養形之人也不以滑心使神滔蕩而不失其充日夜無傷而與物為春則是合而生時于心也且人有戒形而無損於心有綴宅而無耗精夫癩者趨不變狂者形不虧神將有所遠徙

孰暇知其所為故形有摩而神未嘗化者以不化應化千變萬抮而未始有極化者復歸於無形也不化者與天地俱生也夫木之死也青青去之也夫使木生者豈木也猶充形者之非形也故生生者未嘗死也其所生則死矣化物者未嘗化也其所化則化矣輕天下則神無累矣細萬物則心不惑矣齊死生則志不懾矣同變化則明不眩矣衆人以為虛言吾將舉類而實之人之所以樂為人主者以其窮耳目之欲而適躬體之便也

今高臺層榭人之所麗也而堯樸桷不斲素題不枅珍怪奇味人之所美也而堯糲粢之飯藜藿之羮文繡狐白人之所好也而堯布衣揜形鹿裘御寒養性之具不加厚而增之以任重之憂故舉天下而傳之於舜若解重負然非直辭讓誠無以為也此輕天下之具也禹南省方濟于江黄龍負舟舟中之人五色無主禹乃熈笑而稱曰我受命於天竭力而勞萬民生寄也死歸也何足以滑和視龍猶蝘蜓顔色不變龍乃弭耳掉尾而逃

禹之視物亦細矣鄭之神巫相壺子林見其徵告列子列子行泣報壺子壺子持以天壤名實不入機發于踵壺子之視死生亦齊矣子求行年五十有四而病傴僂脊管高于頂腸下迫頤兩髀在上燭營指天匍匐自闚於井曰偉哉造化者其以我為此拘拘邪此其視變化亦同矣故觀堯之道乃知天下之輕也觀禹之志乃知天下之細也原壺子之論乃知死生之齊也見子求之行乃知變化之同也夫至人倚不拔之柱行不關之塗

禀不竭之府學不死之師無往而不遂無至而不通生不足以挂志死不足以幽人屈伸俛仰抱命而婉轉禍福利害千變萬紾孰足以患心若此人者抱素守精蟬蜕蛇解游於太清輕舉獨往忽然入冥鳳凰不能與之儷而況斥鷃乎勢位爵禄何足以槩志也晏子與崔杼盟臨死地而不易其義殖華將戰而死莒君厚賂而止之不改其行故晏子可迫以仁而不可刧以兵殖華可止以義而不可縣以利君子義死而不可以富貴留也

義為而不可以死亡恐也彼則直為義耳而尚猶不拘於物又況無為者矣堯不以有天下為貴故授舜公子札不以有國為尊故讓位子罕不以玉為富故不受寶務光不以生害義故自投於淵由此觀之至貴不待爵至富不待財天下至大矣而以與他人身至親矣而棄之淵外此其餘無足利矣此之謂無累之人無累之人不以天下為貴矣上觀至人之論深原道德之意以下考世俗之行乃足羞也故通許由之意金縢豹韜廢矣

延陵季子不受吳國而訟閒田者慙矣子罕不利寶玉而爭券契者媿矣務光不汙於世而貪利偷生者悶矣故不觀大義者不知生之不足貪也不聞大言者不知天下之不足利也今夫窮鄙之社也叩盆拊瓴相和而歌自以為樂矣嘗試為之擊建鼓撞巨鐘乃性仍仍然知其盆瓴之足羞也藏詩書修文學而不知至論之旨則拊盆叩瓴之徒也夫以天下為者學之建鼓矣尊勢厚利人之所貪也使之左據天下圖而右手刎其喉愚

夫不為由此觀之生尊于天下也聖人食足以接氣衣足以蓋形適情不求餘無天下不虧其性有天下不羨其和有天下無天下一實也今贛人敖倉予人河水饑而餐之渴而飲之其入腹者不過簞食瓢漿則身飽而敖倉不為之減也腹滿而河水不為之竭也有之不加飽無之不為之饑與守其篅笓有其井一實也人大怒破陰大喜墜陽大憂內崩大怖生狂除穢去累莫若未始出其宗乃為大通清目而不以視靜耳而不以聽鉗

口而不以言委心而不以慮棄聰明而反太素休精神而棄知故覺而若昧以生而若死終則反本未生之時而與化為一體死之與生一體也今夫繇者揭钁𦉪負籠土鹽汗交流喘息薄喉當此之時得茠越下則脫然而喜矣巖穴之間非直越下之休也病疵瘕者捧心抑腹膝上叩頭踡跼而諦通夕不寐當此之時噲然得卧則親戚兄弟歡然而喜夫修夜之寧非直一噲之樂也故知宇宙之大則不可刧以死生知養生之和則不可

縣以天下知未生之樂則不可畏以死知許由之貴於舜則不貪物牆之立不若其偃也又況不爲牆乎氷之凝不若其釋也又況不爲氷乎自無蹠有自有蹠無終始無端莫知其所萌非通于外内孰能無好憎無外之外至大也無内之内至貴也能知大貴何往而不遂衰世湊學不知原心反本直雕琢其性矯拂其情以與世交故目雖欲之禁之以度心雖樂之節之以禮趨翔周旋詘節卑拜肉凝而不食酒澄而不飲外束其形内總

其德鉗陰陽之和而迫性命之情故終身為悲人達至道者則不然理性情治心術養以和持以適樂道而忘賤安德而忘貧性有不欲無欲而不得心有不樂無樂而不為無益於情者不以累德不便於性者不以滑和故縱體肆意而度制可以為天下儀今夫儒者不本其所以欲而禁其所欲不原其所以樂而閉其所樂是猶決江河之源而障之以手也夫牧民者猶禽獸也不塞其囿垣使有野心系絆其足以禁其動而欲修生壽終

豈可得乎夫顔回季路子夏冉伯牛孔子之通學也然顔淵夭死季路葅於衛子夏失明冉伯牛為厲此皆迫性拂情而不得其和也故子夏見曾子一臞一肥曾子問其故曰出見富貴之樂而欲之入見先王之道又説之兩者心戰故臞先王之道勝故肥推其志非能貪富貴之位不便侈靡之樂直宜迫性閉欲以義自防也雖情心鬱殪形性屈竭猶不得已自强也故莫能終其天年若夫至人量腹而食度形而衣容身而游適情而行

餘天下而不貪委萬物而不利處大廓之宇游無極之野登太皇馮太一玩天地於掌握之中夫豈為貧富肥臞哉故儒者非能使人弗欲而能止之非能使人勿樂而能禁之夫使天下畏刑而不敢盜豈若能使無有盜心哉越人得髯蛇以為上肴中國得而棄之無用故知其無所用貪者能辭之不知其無所用廉者不能讓也夫人主之所以殘亡其國家損棄其社稷身死于人手為天下笑未嘗非為非欲也夫仇由貪大鍾之賂而亡其

國虞君利垂棘之璧而擒其身獻公豔驪姬之美而亂四世桓公甘易牙之和而不以時葬胡王淫女樂之娱而亡上地使此五君者適情辭餘以已為度不隨物而動豈有此大患哉故射者非矢不中也學射者不治矢也御者非轡不行學御者不為轡也知冬日之箑夏日之裘無用於已則萬物之變為塵埃矣故以湯止沸沸乃不止誠知其本則去火而已矣

晉武帝頗覩宴樂又多疾病屬小瘳溫嶠與侍臣表賀

因徵諫曰伏惟聖體漸就平和上下同慶不覺抃舞臣等愚戇竊有微懷以為收功於所忽事乃無悔慮福於垂成祚乃日新惟願陛下深垂聖明遠思所忽之悔以成日新之福沖靜和氣嗇養精神頤身於清簡之宇留心於虛曠之域無厭世俗常戒以忽羣下之言則豐慶日延天下幸甚帝手詺報曰輒自消息無所為慮

嵇康養生論　世或有謂神仙可以學得不死可以立致者或云上壽百二十古今所同過此以往莫非夭妄

者此皆兩失其情試粗論之夫神仙雖目不見則記籍所載前史所傳較而論之其有必矣似特受異氣禀之自然非積學所能致也至於導養得理以盡性命上獲千餘歲下可數百年可有之耳而世皆不精故莫能得之何以言之夫服藥求汗或有弗獲而愧情一集渙然流離終朝未餐則囂然思食而曾子銜哀七日不饑夜分而坐則低迷思寢内懷殷憂則達旦不瞑勁刷理鬢醇醴發顏僅乃得之壯士之怒赫然殊觀植髮衝冠由此

言之精神之於形體猶國之有君也神躁於中而形喪於外猶君昏於上國亂於下也夫為稼於湯之世偏有一溉之功者雖終歸於燋爛必一溉者後枯然則一溉之益固不可誣也而世常謂一怒不足以侵性一哀不足以傷身輕而肆之是猶不識一溉之益而望嘉穀於旱苗者也是以君子知形恃神以立神須形以存悟生理之易失知一過之害生故修性以保神安心以全身愛憎不棲於情憂喜不留於意泊然無感而體氣和平又

呼吸吐納服食養身使形神相親表裏俱濟也夫田種者一畆十斛謂之良田此天下通稱也不知區種可百餘斛田種一也至於樹養不同則功收相懸謂商無十倍之價農無百斛之望此守常而不變者也且豆令人重楡令人瞑合歡蠲忿萱草忘憂愚智所知也薰辛害目豚魚不養常世所識也虱處頭而黑麝食柏而香頸處險而癭齒居晉而黄推此而言凡所食之氣蒸性染身莫不相應豈唯蒸之使重而無使輕害之使闇而無

使明薰之使黃而無使堅芬之使香而無使延哉故神農曰上藥養命中藥養性者誠知性命之理因輔養以通也而世人不察唯五穀是見聲色是耽目惑玄黃耳務淫哇滋味煎其府藏醴醪煮其腸胃香芬腐其骨髓喜怒悖其正氣思慮消其精神哀樂殃其平粹夫以蕞爾之軀攻之者非一塗易竭之身而外內受敵身非木石其能久乎其自用甚者飲食不節以生百病好色不勸以致乏絶風寒所災百毒所傷中道夭於衆難世皆

知笑悼謂之不善持生也至於措身失理亡之於微積微成損積損成衰從衰得白從白得老從老得終悶若無端中智以下謂之自然縱少覺悟咸歎恨於所遇之初而不知慎衆險於未兆是猶桓侯抱將死之疾而怒扁鵲之先是以覺痛之日而為受病之始也害成於微而救之於著故有無功之理馳騁常人之域故有一切之壽仰觀俯察莫不皆然以多自證以同自慰謂天地之理盡此而已矣縱聞養生之事則斷以所見謂之不

然其次狐疑雖少庶幾莫知所由其次自力服藥半年
一年勞而未驗志以厭衰中路復廢或益之以畎澮而
泄之以尾閭而欲坐望顯報者或抑情忍欲割棄榮願
而嗜好常在耳目之前所希在數十年之後又恐兩失
內懷猶豫心戰於內物誘於外交賒相傾如此復敗者
夫至物微妙可以理知難以目識譬猶豫章生七年然
後可覺耳今以躁競之心涉希靜之塗意速而事遲望
近而應遠故莫能相終夫悠悠者既以未效不求而求者

以不專喪業偏恃者以不兼無功追術者以小道自溺凡若此類故欲之者萬無一能成也善養生者則不然矣清虛靜泰少私寡欲知名位之傷德故忽而不營非欲而彊禁也識厚味之害性故棄而弗顧非貪而後抑也外物以累心不存神氣以醇泊獨著曠然無憂患寂然無思慮又守之以一養之以和和理日濟同乎大順然後蒸以靈芝潤以醴泉晞以朝陽綏以五絃無為自得體妙心玄忘歡而後樂足遺生而後身存若此以往庶

可與羨門比壽王喬爭年何為其無有哉

達生 五則

莊周逍遥遊　北溟有魚其名為鯤鯤之大不知其幾千里也化而為鳥其名為鵬鵬之背不知其幾千里也怒而飛其翼若垂天之雲是鳥也海運則將徙於南冥南冥者天池也齊諧者志怪者也諧之言曰鵬之徙於南冥也水擊三千里摶扶搖而上者九萬里去以六月息者也野馬也塵埃也生物之以息相吹也天之蒼蒼

其正色邪其遠而無所至極邪其視下也亦若是則已矣且夫水之積也不厚則負大舟也無力覆杯水於坳堂之上則芥為之舟置杯焉則膠水淺而舟大也風之積也不厚則其負大翼也無力故九萬里則風斯在下矣而後乃今培風背負青天而莫之夭閼者而後乃今將圖南蜩與鷽鳩笑之曰我決起而飛搶榆枋時則不至而控于地而已矣奚以之九萬里而南為適莽蒼者三餐而反腹猶果然適百里者宿舂糧適千里者三月

聚糧之二虫又何知小知不及大知小年不及大年奚以知其然也朝菌不知晦朔蟪蛄不知春秋此小年也楚之南有冥靈者以五百歲為春五百歲為秋上古有大椿者以八千歲為春八千歲為秋而彭祖乃今以久特聞衆人匹之不亦悲乎湯之問棘也是已窮髮之北有冥海者天池也有魚焉其廣數千里未有知其修者其名為鯤有鳥焉其名為鵬背若泰山翼若垂天之雲摶扶搖羊角而上者九萬里絶雲氣負青天然後圖南

且適南冥也斥鴳笑之曰彼且奚適也我騰躍而上不過數仞而下翱翔蓬蒿之間此亦飛之至也而彼且奚適也此小大之辯也故夫知效一官行比一鄉德合一君而徵一國者其自視也亦若此矣而宋榮子猶然笑之且舉世而譽之而不加勸舉世而非之而不加沮定乎內外之分辯乎榮辱之竟斯已矣彼其於世未數數然也雖然猶有未樹也夫列子御風而行泠然善也旬有五日而後反彼於致福者未數數然也此雖免乎行

猶有所待者也若夫乘天地之正而御六氣之辯以遊無窮者彼且惡乎待哉故曰至人無己神人無功聖人無名　堯讓天下於許由曰日月出矣而爝火不息其於光也不亦難乎時雨降矣而猶浸灌其於澤也不亦勞乎夫子立而天下治而我猶尸之吾自視缺然請致天下許由曰子治天下天下既已治矣而我猶代子吾將為名乎名者實之賔也吾將為賔乎鷦鷯巢於深林不過一枝偃鼠飲河不過滿腹歸休乎君予無所用天

下為庖人雖不治庖尸祝不越樽俎而代之矣　肩吾問於連叔曰吾聞言于接輿大而無當往而不反吾驚怖其言猶河漢而無極也大有逕庭不近人情焉連叔曰其言謂何哉曰藐姑射之山神人居焉肌膚若氷雪綽約若處子不食五穀吸風飲露乘雲氣御飛龍而遊乎四海之外其神凝使物不疵癘而年穀熟吾以是狂而不信也連叔曰然瞽者無以與乎文章之觀聾者無以與乎鐘鼓之聲豈唯形骸有聾盲哉夫知亦有之是

其言也猶時女也之人也之德也將旁礴萬物以為一世蘄乎亂孰弊弊焉以天下為事之人也物莫之傷大浸稽天而不溺大旱金石流土山焦而不熱是其塵垢粃糠將猶陶鑄堯舜者也孰肯以物為事宋人資章甫而適諸越越人斷髮文身無所用之堯治天下之民平海內之政往見四子藐姑射之山汾水之陽窅然喪其天下焉

惠子謂莊子曰魏王貽我大瓠之種我樹之成而實五石以盛水漿其堅不能自舉也剖之以為瓢

則瓠落無所容非不呺然大也吾為其無用而掊之莊子曰夫子固拙於用大矣宋人有善為不龜手之藥者世世以洴澼絖為事客聞之請買其方百金聚族而謀曰我世世為洴澼絖不過數金今一朝而鬻技百金請與之客得之以說吳王越有難吳王使之將冬與越人水戰大敗越人裂地而封之能不龜手一也或以封或不免於洴澼絖則所用之異也今子有五石之瓠何不慮以為大樽而浮乎江湖而憂其瓠落無所容則夫子

猶有蓬之心也夫　惠子謂莊子曰吾有大樹人謂之樗其大本擁腫而不中繩其小枝卷曲而不中規矩立之塗匠者不顧今子之言大而無用衆所同去也莊子曰獨不見狸狌乎卑身而伏以候敖者東西跳梁不避高下中於機辟死於罔罟今夫斄牛其大若垂天之雲此能為大矣而不能執鼠今子有大樹患其無用何不樹之於無何有之鄉廣莫之野彷徨乎無為其側逍遥乎寢卧其下不夭斤斧物無害者無所可用安所困苦

哉

漢惠帝時呂太后用事欲王諸呂畏大臣有口者陸生自度不能爭之迺病免家居以好時田地善可以家焉有五男迺出所使越得槖中裝賣千金分其子子二百金令為生產陸生常安車駟馬從歌舞鼓琴瑟侍者十人寶劍直百金謂其子曰與汝約過汝汝給吾人馬酒食極欲十日而更所死家得寶劍車騎侍從者一歲中往來過他客率不過再三過數見不鮮無久慁公

為也

幸靈者豫章建昌人也性少言與小人羣居見侵辱而無慍色邑里號之癡雖其父母兄弟亦以為癡也嘗使守稻群牛食之靈見而不驅待牛去乃往理其殘亂者其父母見而怒之靈曰夫萬物生天地之間各欲得食牛方食柰何驅之其父愈怒曰即如汝言復用理壞者何為靈曰此稻又欲得終其性牛自犯之靈可以不收乎

唐盧思道勞生論　莊子曰大塊勞我以生誠哉斯言也余年近五十𣱵老云至追惟疇昔勤矣厥生乃著茲論因時事云爾罷郡屏居有客造余者少選之頃盱衡而言曰生者天地之至德人者有生之最靈所以作配兩儀稱貴群品妍媸愚智之辨天懸壤隔行已立身之異入海登山今吾子生于右地九葉卿族天授俊才萬夫所仰學綜九流慕孔門之游夏詞窮歲月擬漢日之卿雲行藏有節進退以禮不諂不驕無慍無懌偃仰貴

賤之間從容語嘿之際何其裕也下走所欣羨焉予莞
爾而笑曰未之思乎何所言之過也子其清耳請為左
右陳之夫人之生也皆未若無生在余之生勞亦勤止
紈綺之年服膺教義規行矩步從善而登巾冠之後彯
纓受署韁鑣仁義籠絆朝市失翹陸之本性喪江湖之
遠情淪此風波溺于倒置憂勞總至事非一緒何則地
胄高華既致嫌于管庫才識美茂亦受嫉于愚庸篤學
強記聾瞽於焉側目清言河瀉木訥所以疾心豈徒虫

惜春蠻鴟惱腐鼠同江都而永嘆傅長沙而不歸固亦魯值臧倉楚逢靳尚趙壹為之哀歌張昇於是慟哭有齊之季不遇休明俛脰就鞅跼蹐無地段珪張讓金貝是視賈謐郭槐腥臊可餍淫刑以逞禍延池魚耳聽惡來之讒足踐龍逢之血周氏末葉仍值辟王斂笏昇階汗流浹背蜀客之踵躋焦原比茲非險齊人之手執馬尾方此未危若乃羊腸句注之道據鞍振策武落雞田之方櫛風沐雨三旬九食不敢稱弊此之為役蓋其小

小者耳當今運祚肇開四門以穆冕旒司契于上夔龍
佐命于下岐伯善卷恥徇幽憂卞隨務光悔從木石今
年在秋方已迫知命情禮宜退不獲晏安一葉從風無
損鄧林之攢植雙鳧退飛不虧渤澥之遊泳耕田鑿井
晩息晨興候南山之朝雲覽北戶之明月汜勝九穀之
書觀其節制崔寔四人之令奉以周旋晨荷蓑笠白屋
黃冠之伍夕談稼穡霑體塗足之倫濁酒盈樽高歌滿
席恍兮惚兮天地一指此野人之樂也子或以是羨予

乎客曰吾子之事既聞之矣他人有心又請論其梗槩
余答曰雲飛泥沈卑高異等圓行方止動息殊致是以
摩霄運海輕雁羅于藪澤五衢四照忽斧斤于山林予
晚值昌辰遂其弱質顧人事之殞落睨時路之遭危玄
冬修夜靜言長想可以累嘆悼心流涕酸鼻人之百年
脆促已甚奔駒流電不可為辭顧慕周章數紀之內窮
通榮辱事無足道而有識者鮮無識者多褊隘凡近輕
險躁薄居家則人面獸心不孝不義出門則諂諛讒佞

無愧無恥退身知足忘伯陽之炯戒陳力就列棄周任之格言悠悠遂古斯數已積迄于近代此蠹尤深范子撝讓之風縉紳不嗣夏書昏墊之罪執政所安朝露未晞小車盈董石之巷夕陽早落皁蓋填閭閻之里皆如脂如韋俯僂匍匐啜惡求媚舐痔自親美言諂笑助其愉樂詐泣佞哀恤其喪紀近通旨酒遠送文馳艷姬美女委如脫屣金銑玉華棄同遺迹及鄧通失路一簪之賄無餘梁冀就誅五侯之貴將起向之求官買職晚謁

晨趨投刺望塵之舊遊偃仰上堂之夜客始則亡竈褫
鬼若牛兄之遇獸心戰色沮似葉公之見龍俄而抵掌
揚眉高視濶步結侶棄廉公之第攜手哭聖卿之門華
轂生塵來如激矢雀羅蹔設去等絶絃飴蜜非甘山川
未阻千變萬化鬼出神入為此者皆衣冠士族或少乏
藝服不恥不仁不畏不義罔愧友朋莫慙妻子外呈厚
貌內蘊百心由是則紆青佩紫牧州典郡冠情劫人厚
自封殖妍歌妙舞列鼎撞鐘耳倦絲桐口飫珍旨雖素

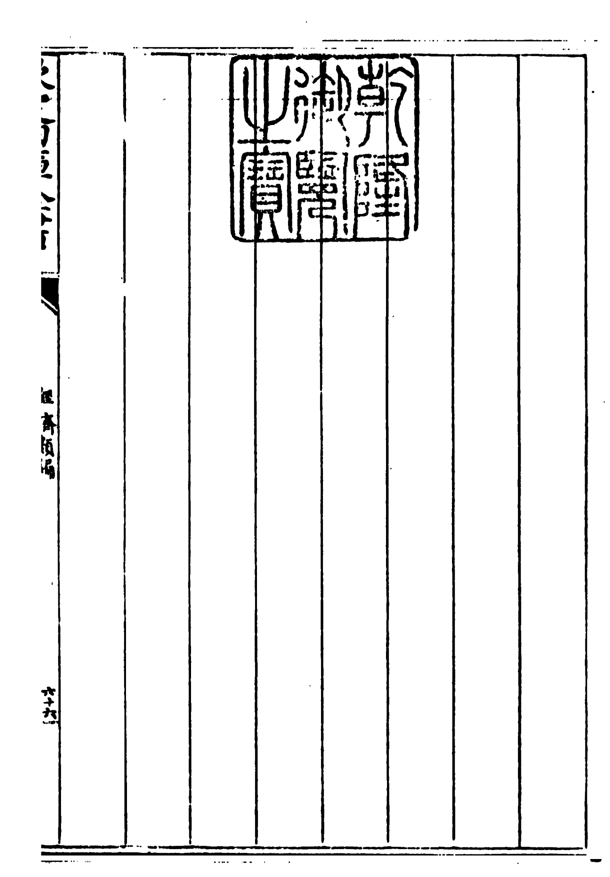
論以為非而時宰不之責末俗嗤鄙如此之弊余則違時薄官屛息窮居甚恥驅馳深畏乾没心若死灰不營世利家無擔石不齎一錢偶影聯官將數十載駕拙致笑輕生所以告勞也真人御宇斲雕為朴人知榮辱時反邕熈風力上宰内敷文教方郃重臣外揚武節被之大道洽以淳風舉必以才爵無濫授熏斯首鼠不預衣簪附黨比周埽地俱盡輕薄之儔滅景竄跡礫石變為珪瑜莨莠化為芝蘭扇俗攪時駭耳穢目今悉不聞

不見莫余敢侮易曰聖人作而萬物覩斯之謂乎

駱賓王答員半千書 張評事至止辱所惠詩及書把玩無厭暫如有叙上言離恨下爲交情篤以猛風乾藕之談弘以驟雨濕薪之喻雖闡義則死道存於起予而擬人則失事均乎玩物借如誠說蓋足下之不知言倘或劇談豈吾人之仰望矣夫鯤之爲魚也潛碧海泳滄流沈鰓于渤澥之中掉尾乎風濤之下而濠魚井鮒自以爲可得而脅焉鵬之爲鳥也刷毛羽恣飲啄戢翼于

天地之間究頸乎江海之畔而雙鳬隻雁自以為可得
而藝焉及其化羽垂天摶風九萬振鬣横海擊水三千
寧假力于槍榆在藻資汀濘涓流之水俟窟堁揚塵之
風哉故張子房之達人也擊水摶風之適焉朱買臣之
屈已也戢翼沈鰓之致焉足下雅得古人之致不乏先
賢之適自守莊筌無嬰魏網亦寧不知在藻槍榆之力
非擊水摶風之助哉而詞旨勤勤深所未諭盡言兩志
豈若是乎夫人生百年物理千變名利寵辱之情立矣

愛憎毀譽之迹生焉其道在則尊德成而上幽貞為虛
白之室靜默為太玄之門知軒冕是倘來之物悟榮貴
非作力所致苟斯道不墜亦何患無成而圖侁倖于權
重之交養聲利于衆多之口斯所以楊朱徘徊于岐路
阮籍怵惕于窮途嗟乎露往霜來歲華不待山高河廣
離意無時桂樹寒花公子去而忘返松巖春草王孫遊
以不歸去矣員生遠離隅矣音塵不嗣情甚勞矣畏容
蔵谷靜深殊矣惠而好我無吝爾音


乾隆御覽之寶

經濟類編卷九十四